

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Забелин, А.Б., Ковалева, И.Т.* О подготовке осужденных к освобождению и оказание постпенитенциарной помощи лицам, освобожденным из мест лишения свободы // *Ведомости уголовно-исполнительной системы.* 2009. № 3. С. 28-31.
2. *Козаченко, И.Я.* Уголовно-правовые тенеты преступного легкомыслия // *Использование психологических знаний в интересах правосудия: Материалы научно-практической конференции.* Екатеринбург: Издательский дом «Уральская государственная юридическая академия», 2006. 164 с.
3. *Корнилова, Т.В.* Мотивационная регуляция принятия решений: современные представления // *Современная психология мотивации* / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 172-213.
4. *Петрухин, Э.В.* Исполнение наказаний: законность и гуманизм // *Преступление и наказание.* 2009. № 3. С. 8-14.
5. *Сафуанов, Ф.С.* Судебно-психологическая экспертиза в уголовном процессе. М.: Гардарики; Смысл, 1998. 192 с.
6. *Фомин, Д.И.* Альтернативные наказания и электронные браслеты // *Преступление и наказание.* 2009. № 6. С. 3-5.

Е.Г. Корепанова, А.А. Любякин

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ОДИНОЧЕСТВА И САМООТНОШЕНИЯ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ

Данная статья посвящена исследованию проблемы одиночества в пожилом возрасте. Анализ литературы показывает, что на сегодняшний день проблема одиночества в пожилом возрасте мало изучена. Недостаточно понятны факторы и причины формирования чувства одиночества, степень его распространенности в данной возрастной группе. Отмечается нехватка экспериментальных данных, в том числе и тех, что касаются описания личностных особенностей пожилого человека, испытывающего чувство одиночества.

Сегодня существует множество подходов к определению одиночества [1; 2; 3; 6]. Их сравнение дает возможность выделить несколько общих идей, раскрывающих понятие одиночества. Во-первых, одиночество является результатом дефицитарности человеческих отношений. Во-вторых, одиночество – это внутреннее субъективное психологическое переживание и не может быть идентифицировано с фактической изоляцией. В-третьих, одиночество часто выступает как неприятное переживание, состояние дистресса, от которого человек стремится избавиться. Мы придерживаемся понимания одиночества как субъективного переживания человека, возникающего в условиях отсутствия или недостатка удовлетворительных социальных связей.

Обращаясь к выявлению причин одиночества, большая часть исследователей полагает, что они заключены главным образом в текущем жизненном опыте человека и коренятся либо в личности (психодинамический, феноменологический подходы), либо в обществе (социологический подход), либо в том и в другом [6]. Изначально проблема одиночества рассматривалась исключительно как проблема общения, межличностного взаимодействия, только в последние годы стало очевидным, что одиночество связано не столько с особенностями общения, сколько со свойствами личности. В рамках обсуждения проблемы связи одиночества с особенностями личности можно говорить как о психологических детерминантах одиночества, так и о воздействии одиночества на личность человека.

В пожилом возрасте появляется целый ряд объективных факторов возникновения одиночества. К ним относятся прекращение трудовой деятельности, ослабление связей с детьми, вдовство, потеря друзей. Кроме этого, новые обстоятельства жизни, с которыми приходится столкнуться пожилому человеку, требуют определенной адаптации, связанной с переоценкой ценностей, поиском новых жизненных ориентиров [4; 5]. Это нередко сопровождается тяжелыми переживаниями, которые в сочетании с объективными факторами способны привести к возникновению чувства одиночества.

В ряде работ отмечается, что человек, испытывающий одиночество, характеризуется наличием таких черт, как чрезмерное стремление к самоутверждению, однообразие в поведении, сосредоточенность на собственных ощущениях, конфликтность, низкая самооценка. В свою очередь, одиночество, особенно продолжительное, способно оказывать влияние на личность человека, снижая самооценку, изменяя самоотношение [1].

Являясь значимой характеристикой личности, самоотношение способно стать фактором возникновения одиночества или измениться под его влиянием. Поэтому нас заинтересовало выявление связи между чувством одиночества и самоотношением человека в пожилом возрасте. В данной работе мы будем придерживаться понимания самоотношения как специфического вида эмоционального переживания, в котором отражается собственное отношение личности к тому, что она узнает, понимает, «открывает» относительно самой себя, относительно устойчивое чувство, пронизывающее самовосприятие и «Я-образ» как продукт самосознания [7]. Самоотношение личности понимается как сложное когнитивно-аффективное образование, зрелость которого определяется качеством взаимосвязи и степенью согласованности его составляющих.

Для изучения взаимосвязи одиночества и самоотношения в пожилом возрасте весной 2009 года нами было проведено эмпирическое исследование. Испытуемыми выступали пожилые люди в возрасте от 60 до 79 лет. Опрашивались жители Екатеринбурга, города Красноуральска Свердловской области и деревни Кашино Сысертского района Свердловской области. Среди опрашиваемых были как люди, живущие одни, так и те, кто жил в семье (в основном с супругом (супругой)). Число мужчин и женщин оказалось сопоставимым (20 и 32 соответственно). Всего в исследовании приняло участие 52 человека.

В исследовании использовались тест-опросник самоотношения В.В. Столина (ОСО), шкала одиночества UCLA.

В соответствии с результатами исследования по *шкале одиночества UCLA* можно отметить, что люди с низким уровнем одиночества составляют большинство выборки. У третьей части выборки зафиксирован средний уровень субъективного ощущения одиночества. Высокий уровень ощущения одиночества не был зафиксирован. Это согласуется с данными, согласно которым высокий уровень субъективного ощущения одиночества среди людей пожилого возраста не обязательно является распространенным. Однако, делая определенные выводы, необходимо учесть один фактор, который может оказать влияние на достоверность результатов. Считается, что одиночество негативно характеризует личность человека, является неким «социальным пятном», поэтому люди могут давать искаженные ответы, чтобы выглядеть менее одинокими. Это надо иметь в виду при интерпретации полученных результатов.

Результаты диагностики по *опроснику самооотношения В.В. Столина*.

Наиболее высокие показатели (фактор самооотношения выражен или ярко выражен) зафиксированы по следующим шкалам: самопринятие – у 87% испытуемых; глобальное самооотношение – 85%; самопонимание – 79%; самоуважение – 77%; аутосимпатия – 67%.

Как мы видим, по шкале «глобальное самооотношение» большая часть выборки имеет высокий показатель. Это свидетельствует о том, что для пожилых людей в большей степени характерно общее позитивное отношение к себе.

То же самое касается и шкал «самоуважение» и «аутосимпатия». Это говорит о том, что пожилым людям, в общем свойственно дружественное отношение к собственному «Я», доверие к себе, позитивная самооценка, а также высокий уровень понимания себя.

Наиболее низкие показатели зафиксированы по следующим шкалам: самоинтерес – не выражен у 54% испытуемых; самообвинение – 52%; ожидаемое отношение других – 50%.

По фактору «самоинтерес» большая часть испытуемых имеет низкий балл, что говорит о слабом интересе к собственному «Я» пожилых людей. Это можно объяснить тем, что на данном возрастном этапе происходит смещение интереса от себя к детям и внукам, которые для многих пожилых людей становятся смыслом жизни. Кроме этого, нужно отметить, что и интерес общества к данной возрастной группе относительно снижен, это также может быть причиной низкого самоинтереса пожилых людей.

По фактору «ожидаемое отношение других» большинство испытуемых имеют низкий показатель, что свидетельствует о том, что для пожилых людей в целом характерно ожидание негативного отношения со стороны окружающих. Это, в свою очередь, может быть связано с распространенными на сегодняшний день стереотипами относительно людей данной возрастной группы, а именно, общее отрицательное отношение к старости, недооценка роли пожилых людей в современном обществе.

Достоверных гендерных различий по различным шкалам самоотношения в нашем исследовании не выявлено.

По результатам двух тестов были посчитаны коэффициенты корреляции для выявления связи между уровнем выраженности одиночества и шкалами опросника самоотношения. Использовался коэффициент корреляции Пирсона. Полученные коэффициенты корреляции указаны в табл. 1.

Таблица 1

Коэффициенты корреляции шкалы одиночества UCLA со шкалами ОСО и достоверность корреляций

Шкала ОСО	Показатель коэффициентов корреляции	Достоверность корреляции*
Шкала S	-0,52	Корреляция достоверна
Шкала I	-0,53	Корреляция достоверна
Шкала II	-0,17	Корреляция не достоверна
Шкала III	-0,42	Корреляция достоверна
Шкала IV	-0,34	Корреляция достоверна

Шкала 1	-0,46	Корреляция достоверна
Шкала 2	-0,49	Корреляция достоверна
Шкала 3	-0,29	Корреляция достоверна
Шкала 4	-0,23	Корреляция не достоверна
Шкала 5	0,12	Корреляция не достоверна
Шкала 6	-0,42	Корреляция достоверна
Шкала 7	-0,30	Корреляция достоверна

Примечание: * корреляция считается достоверной, если значение коэффициента корреляции больше 0,27 (для уровня значимости 0,95)

Из таблицы видно, что чувство одиночества имеет связь со следующими шкалами: S (глобальное самоотношение), I (самоуважение), III (ожидаемое отношение других людей), IV (самоинтерес), 1 (самоуверенность), 2 (ожидаемое отношение других людей), 3 (самоприятие), 6 (самоинтерес), 7 (самопонимание). Корреляции со всеми шкалами отрицательные, а это значит, что возрастанию показателей по шкалам ОСО соответствует убывание показателей по шкале одиночества. Рассмотрим подробнее смысл этих связей по каждому из уровней самоотношения.

Первый уровень – глобальное самоотношение. Низкий показатель по шкале S говорит об общем неприятии себя, сомнении в ценности собственной личности, недооценке своего духовного «Я», отстраненности и безразличии к своему «Я», потере интереса к своему внутреннему миру. Отрицательная связь со шкалой одиночества говорит о том, что для одинокой личности характерно общее негативное отношение к собственному «Я».

Второй уровень – самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутосимпатии, самоинтересу и ожидаемому отношению других. Отрицательная корреляция со шкалой I говорит о том, что одинокую личность характеризует низкое самоуважение, неудовлетворенность своими возможностями, ощущение слабости, уязвимости; отрицательная корреляция со шкалой III – ожидание негативного отношения к себе со стороны окружающих, отрицания его внутренних достоинств, антипатии к внешним характеристикам; со шкалой IV – низкий интерес к собственным мыслям и чувствам, достаточно поверхностное, неглубокое проникновение в себя, а также

сомнение относительно возможности быть интересным для других.

Третий уровень – уровень внутренних действий в адрес самого себя или готовности к таким действиям. Отрицательная корреляция со шкалой 1 свидетельствует о том, что для человека с высоким уровнем одиночества характерна низкая самоуверенность; со шкалой 2 – ожидание отрицательного отношения к себе; со шкалой 3 – неприятие себя таким, каков он есть, склонность заострять внимание на недостатках и винить себя за неудачи; со шкалой 6 – низкий интерес к собственной личности, отношение к собственному «Я» как к незаслуживающему внимания; со шкалой 7 – низкий уровень понимания своего «Я», своих потребностей, чувств, поступков.

Анализируя психологический смысл полученных связей, мы сделали несколько предположений об их характере, а именно: каким образом самоотношение может привести к возникновению одиночества, и наоборот – как одиночество способно повлиять на отношение человека к себе. Рассмотрим отдельно глобальное самоотношение и его аспекты, которые имеют достоверную связь с одиночеством: самоуважение, ожидаемое отношение других людей, самоинтерес.

Глобальное самоотношение. Как было указано выше, глобальное самоотношение отражает общее, недифференцированное чувство «за» или «против» самого себя. Это чувство во многом определяет веру человека в свою успешность в важных для него сферах жизни, среди которых и социальное взаимодействие, отношения с другими людьми. Человек с отрицательным, негативным самоотношением – это человек с устойчивым чувством неполноценности, ущербности, ранимостью, чувствительностью к внешним воздействиям, оторванностью от реального взаимодействия с другими людьми. Эти качества способны препятствовать установлению удовлетворительных социальных связей, что, в свою очередь, может стать причиной одиночества. Кроме этого, общее негативное отношение к себе означает неприятие безусловной ценности собственного «Я» и, как следствие, – отчужденность от своего «Я», что также может привести к возникновению

чувства одиночества, согласно феноменологическому подходу к определению его причин.

Однако одиночество, особенно если оно продолжительное, способно повлиять на отношение человека к самому себе, а именно, привести к формированию негативного самоотношения. Это возможно в том случае, если причину отсутствия или недостаточности удовлетворительных социальных связей человек видит в себе, в особенностях своей личности, а не в социальном окружении.

Самоуважение. Самоуважение отражает тот аспект самоотношения, который эмоционально и содержательно объединяет веру в свои силы, способности, энергию, самостоятельность, оценку своих возможностей контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным, понимание самого себя. Недостаток веры в себя, недооценка своих возможностей могут привести к тому, что человек заведомо будет уверен в своей неспособности устанавливать удовлетворительные социальные связи. Это, в свою очередь, способно стать причиной неудач в установлении близких контактов с людьми, что влечет за собой возникновение одиночества.

Ожидаемое отношение других людей. Ожидаемое отношение других людей является важным фактором установления близких отношений с людьми. Человек, ожидающий антипатичного отношения к себе, ждет его как от большинства, от посторонних или мало с ним связанных людей, так и от немногих, любовь которых ему важна. Это может препятствовать достаточному самовыражению человека в отношениях с другими, ведь он заранее ждет негативной оценки со стороны окружающих. Общение в этом случае может стать поверхностным, неглубоким, что, в свою очередь, способно привести к ощущению отчужденности от людей.

Самоинтерес. Этот аспект самоотношения отражает меру близости к самому себе, интерес к собственным мыслям, чувствам, особенностям своей личности, а также уверенность в своей способности быть интересным для других. Человек, для которого собственное «Я» не представляется заслуживающим внимания, ожидает, что и другим людям он не будет интересен

как личность. Это может привести к пассивности в социальных взаимодействиях, отсутствию стремления к самовыражению и сближению с людьми, результатом чего способно стать одиночество.

Рассматривая отдельные аспекты самоотношения и характер их связи с одиночеством, мы сделали некоторые предположения о механизмах их влияния на возникновение чувства одиночества. Однако нужно отметить, что возможно и обратное влияние. Рассматривая глобальное самоотношение, мы указали на то, что продолжительное одиночество способно привести к формированию негативного самоотношения. Это касается и отдельных его аспектов: самоуважения, самоинтереса, ожидаемого отношения других людей.

В рамках данного исследования был возможен только корреляционный анализ. За выявленными корреляциями могут скрываться причинно-следственные связи между одиночеством и самоотношением в пожилом возрасте. Этот вопрос требует дальнейшего изучения и иного плана организации эмпирического исследования.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Биксон, Т., Пепло, Л., Рук, К., Гудчайлдс, Ж. Жизнь старого и одинокого человека // Лабиринты одиночества: Пер. с англ. М., 1983.
2. Корчагина, Д.Г. Генезис, виды и проявление одиночества. М., 2000.
3. Лебедев, В.И. Психология и психопатология одиночества и групповой изоляции. М., 2002.
4. Марцинковская, Т.Д. Особенности психического развития в позднем возрасте // Психология старости. М., 2004.
5. Минигалиева, М.Р. Личностные типы и социальные контакты людей позднего возраста // Психология старости. М., 2004.
6. Перлман, Д., Пепло, Л. Теоретические подходы к одиночеству // Лабиринты одиночества / Пер. с англ. М., 1983.
7. Колышко, А.М. Психология самоотношения. Гродно, 2004.